

## ЧТО МОЖЕТ ТОЛКНУТЬ ТЕБЯ В ОБЪЯТИЯ АЛКОГОЛЯ?

Причин, по которым подростки начинают пробовать различные спиртные напитки, множество:

- подверженность чужому влиянию;
- неразвитое чувство ответственности и долга;
- подражание взрослым или другим подросткам в кругу своего общения;
- безделие;
- демонстрация своей взрослости;
- стремление быть похожими на своих кумиров и подражать их поведению.

## ПОЧЕМУ МНОГИЕ ПОДРОСТКИ НЕ ПЬЮТ, ВЫБИРАЯ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!



- Не нравится вкус алкоголя.
- Не нравится состояние алкогольного опьянения.
- Это не соответствует ценностям их

семьи или группы друзей, к которым они принадлежат.

- Это не соответствует их ценностям или религиозным убеждениям.
- Это не отвечает их собственным интересам.
- Им нельзя терять спортивную форму.
- Понимают, что алкоголь уменьшает способность четко мыслить и принимать решения.
- Знают, что в состоянии алкогольного опьянения люди теряют контроль над своими эмоциями и совершают необдуманные поступки и преступления.

**Пить или не пить - ты решаешь сам.**  
*Но прежде чем сделать выбор, подумай, ради чего ты это делаешь?!*

*Если же ты твердо решил отказаться от употребления алкоголя, ты на верном пути!*

## КАК ОТКАЗАТЬСЯ, ЕСЛИ ТЕБЕ ПРЕДЛАГАЮТ ВЫПИТЬ?



- ✦ Нет, спасибо мне необходимо иметь ясную голову.
- ✦ Нет, спасибо, я катаюсь на велосипеде, занимаюсь спортом, или делаю что-либо еще, что не позволяет мне

пробовать психоактивные вещества.

- ✦ Нет, спасибо, это не для меня.
- ✦ Спасибо тебе за твою «доброту», но здоровье для меня важнее.
- ✦ Нет, спасибо, я сейчас на диете.
- ✦ Посмотри на себя! Я не хочу быть таким как ты.
- ✦ Не хочу. Мне и так хорошо.
- ✦ Мне это не интересно!
- ✦ Я спортсмен, мне нельзя.
- ✦ Я занимаюсь спортом, у меня скоро соревнования.
- ✦ В здоровом теле здоровый дух.

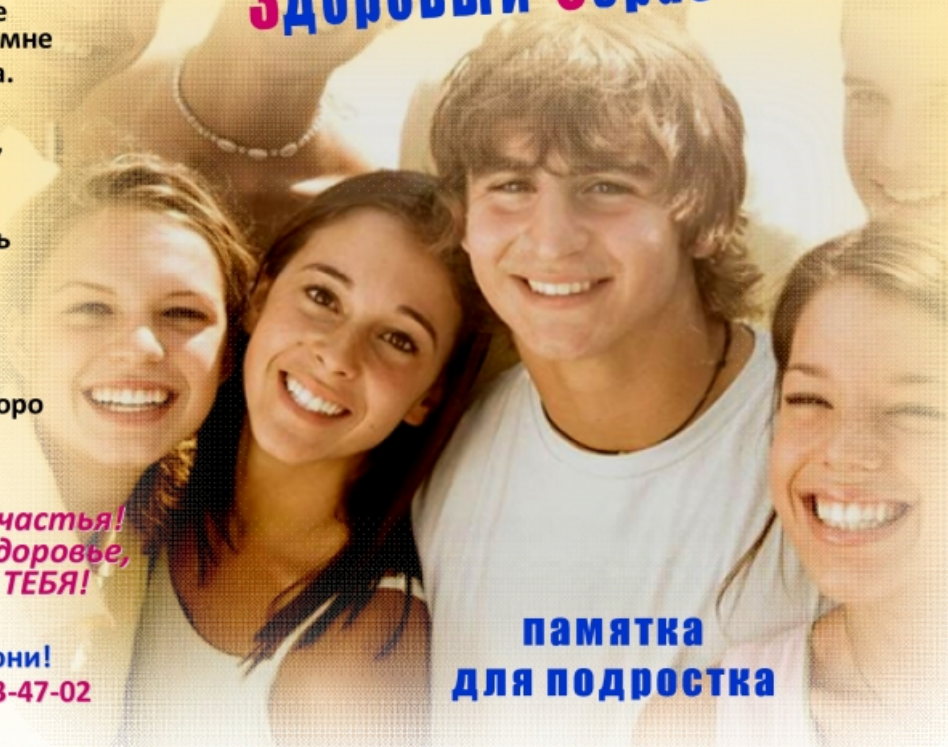
***ПОМНИ! Ты - кузнец своего счастья!  
Достойная жизнь, крепкое здоровье,  
благополучие ЗАВИСИТ ОТ ТЕБЯ!***

**Если ты почувствовал,  
что тебе нужна помощь, звони!**

**Контактный телефон: 8(0162) 53-47-02**

**Алкоголь -  
похититель здоровья,  
молодости, будущего...**

**ОНИ ВЫБРАЛИ  
Здоровый образ жизни**



**памятка  
для подростка**